

42035

## DOMÍNIO FÍSICO DA QUALIDADE DE VIDA E SUA ASSOCIAÇÃO COM O ESTADO DE SONOLÊNCIA EM UNIVERSITÁRIOS

Evanice Avelino de Souza, Iohanna Mendonça Lima,  
Márcio de Almeida Mendes

UNIVERSIDADE FEDERAL DO CEARÁ  
E-mail address: evaniceavelino@yahoo.com.  
br (E. Avelino de Souza)

### Resumo

#### Introdução

A sonolência diurna excessiva (SDE) pode ocasionar uma má qualidade de vida (QV) e esse fato já se coloca como questão de saúde pública. O interesse em pesquisar QV e a SDE em estudantes universitários é uma tentativa de entendimento de como é a QV desses jovens estudantes frente à complexidade de fatores que estes assumem em sua vida.

#### Objetivo

Identificar a relação entre SDE e o domínio físico da QV em universitários.

#### Métodos

Foram entrevistados 965 (57,9% moças) acadêmicos da área da saúde, sendo 19,8% da Medicina Veterinária, 35,5% da Enfermagem e 44,7% da Educação Física, com média de  $22,2 \pm 7,9$  anos de idade de uma faculdade particular do município de Caucaia, Ceará. A QV foi mensurada com o uso do questionário WHOQOL-Bref, que contém 26 questões e para o presente estudo, foram utilizadas apenas as informações referentes ao domínio físico, sendo classificadas em uma escala percentual de 0 a 100, onde quanto mais próximo de 100, melhor é a QV do avaliado. Também verificou-se as horas de sono semanal e o estado de sonolência, através da Escala de Sonolência de Epworth. Foi utilizado o teste do qui-quadrado para tendência linear e regressão logística.

#### Resultados

O valor médio do domínio físico dos universitários foi de 68,8. Universitários que dormem oito horas ou mais por dia tiveram 1,8 vezes mais chance para apresentar domínio físico bom do que aqueles que dormem menos de oito horas, bem como estudantes do curso de educação física, apresentaram 1,4 vezes mais chances para possuir domínio físico bom. Universitários que não têm (64,5%) SDE apresentaram melhor domínio físico.

#### Conclusão

Intervenções voltadas para prática de atividade física em ambiente universitário devem ser estimulada, assim como ações que possam auxiliar na organização temporal das atividades acadêmicas, poderão contribuir para melhoria do domínio físico da qualidade de vida de universitários.

<http://dx.doi.org/10.1016/j.slsci.2016.02.056>

43518

## DURACIÓN DE SUEÑO Y ESTADO NUTRICIONAL EN ADULTOS CHILENOS: ANÁLISIS DE LA ENCUESTA NACIONAL DE SALUD 2009–2010

Felipe Damiani, Gonzalo Valdivia, Rolando de la Cruz,  
Pablo Brockmann

UNIVERSIDAD CATÓLICA DE CHILE  
E-mail address: lfdamiani@gmail.com (F. Damiani)

### Resumo

#### Introducción

Una adecuada calidad y cantidad de sueño son fundamentales para el mantener un buen estado de salud. La reducción del sueño ha sido asociada con alteraciones del estado nutricional, particularmente con obesidad. Sin embargo, la evidencia a nivel latinoamericano es escasa.

#### Objetivo

Evaluar la asociación entre la duración de sueño y el estado nutricional en adultos chilenos.

#### Metodología

Se analizaron los datos la II Encuesta Nacional de Salud (ENS) realizada los años 2009 y 2010. La duración de sueño responde a la pregunta: “en promedio, ¿cuántas horas duerme los días de semana?”. Dependiendo de la duración de sueño, los sujetos fueron clasificados en muy corta duración (< 5 horas) corta duración ( $\geq 5$  y < 7 horas), duración normal ( $\geq 7$  y < 9 horas) larga duración ( $\geq 9$  horas). La variable estado nutricional se obtuvo a través del cálculo del índice de masa corporal (IMC). Para el análisis de variables se utilizó test Chi-cuadrado y regresión logística multivariada, entre variables categóricas y categóricas-numéricas respectivamente. Se contó con permiso del Comité de Ética de la Pontificia Universidad Católica de Chile.

#### Resultados

Se estudiaron 4583 sujetos (48% varones), promedio de edad (IC 95%) 43,21 (42,4–44,01) años. La duración de sueño y el índice de masa corporal fueron en promedio de 7,28 horas IC95% (7,19–7,36) y de 27,6 (27,2–27,9) respectivamente. La prevalencia (n) de muy corta duración, corta duración, duración normal y larga duración de sueño fue de 3,4%(177), 29,4% (1193), 50% (2407), 17,1% (793) respectivamente. Muy corta duración de sueño se asoció significativamente a obesidad en comparación con duración de sueño normal con un OR (IC95%) de 2.27 (1,38–3,72). Luego de ajustar por sexo, edad y nivel educacional, esta asociación se mantuvo significativa con un OR (IC95%) 1,85 (1,12–3,04).

#### Conclusión

La duración de sueño, particularmente dormir menos de 5 horas, parece constituir un riesgo para el desarrollo de obesidad independiente de la edad, género y nivel educacional en población Chilena. La evaluación de la cantidad de sueño se justificaría en pacientes con alteración del estado nutricional.

<http://dx.doi.org/10.1016/j.slsci.2016.02.057>